

A2.45.4 Cultura: La revolución del fitness al aire libre en las ciudades de España

A2.45.4 Cultuur: De revolutie van outdoor fitness in de steden van Spanje

   <https://spaans.colanguage.nl/cultuur/revolucion-del-fitness-al-aire-libre>

Descubre cómo el ejercicio al aire libre se ha vuelto popular en las ciudades de España. Un texto sencillo y divertido para estudiantes de español en el nivel A2.

En las ciudades de España el **fitness** al aire libre es muy popular. Muchas personas entrenan en parques y plazas. Hay grupos que hacen **ejercicios** juntos. Se organizan clases de **yoga** y entrenamientos con pesas. A la gente le gusta estar **fuerte** y en forma. Esta revolución comenzó hace unos años. Ahora forma parte de la vida diaria. Las ciudades tienen más zonas verdes para **entrenar**. La gente disfruta de la naturaleza mientras hace ejercicio. Es un estilo de vida saludable. Además los gobiernos locales hacen la promoción de la cultura de ejercicio y del **bienestar**. Los lugares populares para practicar deportes son los parques de Madrid y Sevilla o las playas de Valencia y Barcelona.

Ontdek hoe fitness in de buitenlucht populair is geworden in de steden van Spanje. Een eenvoudige en leuke tekst voor studenten Spaans op A2-niveau.

*In de steden van Spanje is **fitness** in de open lucht zeer populair. Veel mensen trainen in parken en pleinen. Er zijn groepen die samen **oefeningen** doen. Er worden **yoga** lessen en gewichtstrainingen georganiseerd. Mensen willen graag **sterk** en fit zijn. Deze revolutie begon een paar jaar geleden. Het is nu een onderdeel van het dagelijkse leven. De steden hebben meer groene zones om te **trainen**. Mensen genieten van de natuur terwijl ze sporten. Het is een gezonde levensstijl. Bovendien bevorderen lokale overheden de cultuur van beweging en **welfzijn**. Populaire plekken om te sporten zijn de parken van Madrid en Sevilla of de stranden van Valencia en Barcelona.*

A2.45.4 La revolución del fitness al aire libre en las ciudades de España

A2.45.4 De revolutie van fitness in de buitenlucht in de steden van Spanje

  <https://spaans.colanguage.nl/cultuur/revolucion-del-fitness-al-aire-libre>

Ejercicio 1: Preguntas de debate

Instrucción: *Debatir las preguntas después de escuchar el audio o leer el texto.*

1. ¿Qué hacen las personas en España en los parques y plazas?
2. ¿Qué lugares son populares para hacer ejercicio en España?
3. ¿Por qué está bien hacer ejercicio al aire libre?
4. ¿Qué deportes puedes practicar al aire libre?